

天使のつぶやき

『口頭詩』をご存じですか？

幼少期の子どもの発想や疑問、言い間違えなどのつぶやきを、大人が大切に書き取った言葉のこと。子どもの心に耳を傾ければ、取りこぼしてしまいます。純粋で自由な子どもの世界を紹介します。

家庭教育学級「口頭詩通信第31声」より

11位ってことは、1が入ってるから1位ってこと？
やったー!!

そうじろう 5歳

テレビの星座占いコーナーで11位だったとき。

お星さまがいっぱい落ちてきたよ！
びっくりしたのかな？

あい 4歳

夜空の打上げ花火を見て。



萩っ子 つどいの広場

■ 問合せ 萩っ子つどいの広場 ☎ 24-8885

はぎハピHP

総合福祉センター2F 開館 9:00 ~ 16:00 ◆ 対象 未就学児と保護者

6/8
(木)

姿勢からキレイに！骨盤体操



簡単にスキマ時間でできる骨盤体操。身体と心をリフレッシュさせ、優しい気持ちで子どもと向き合えるようになりました。

イベント案内(予約制)

9/14 (木) 10:30 ~ 11:00 予約 8/7(月) 9:00 ~

簡単リンパマッサージ

長いマスク生活で気になるフェイスラインを引き締めます。

9/28(木) 10:30 ~ 11:00 予約 8/28(月) 9:00 ~

ファーストサイン

表情・声色・身振り手振りで気持ちを通じ合わせます。まだ話せない赤ちゃんと楽しくコミュニケーション。

就学前のお子さんと保護者が室内で安心して遊ぶことができる無料の遊び場です。子育てに関する心配や悩みなどスタッフに気軽に相談ください。

【児童扶養手当】 現況届の提出

現況届(支給停止を含む)は、期限内に提出する必要があります。

※現況届は対象者へ8月上旬に郵送
5年以上の受給者は、「一部支給停止適用除外事由届」の提出が必要です。

期限 **8/31(木)**

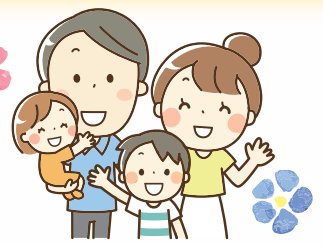
提出先 **子育て支援課**

子育てカレンダー

8月

総 総合福祉センター ☎24-2121
赤 萩っ子つどいの広場 ☎24-8885
図 図書館 ☎23-7174
認 たかはぎ認定こども園 ☎22-2476

日付	イベント・行事	時間	予約制
5日(土)	総 高萩はなまるプロジェクト	10:00 ~ 15:00	
8日(火)	総 すくすくサロン	9:45 ~ 11:00	●
9日(水)	赤 作ってみよう★書いてみよう	10:30 ~ 11:30	●
10日(木)	赤 ヒロ子さんのエプロンシアター	10:30 ~ 11:00	●
11日(金・祝)	赤 休館日【~14(月)】		
17日(木)	赤 赤ちゃん教室「生活リズムについて」 (参加者以外は11:30~開館)	9:45 ~ 11:30	●
19日(土)	図 おりがみ教室	11:00 ~ 12:00	
21日(月)	赤 15:00まで開館		
22日(火)	総 すくすくサロン	9:45 ~ 11:30	●
24日(木)	認 教育相談室「はすてる」	9:30 ~	●
24日(木)	赤 せいさく「風鈴を作ろう!!」	10:30 ~ 11:00	●
25日(金)	総 栄養・健康相談	9:00 ~ 11:00	●
26日(土)	図 おはなし会	11:00 ~	
29日(火)	総 すくすく助産師相談	9:00 ~ 12:00	●
31日(木)	赤 親子でハッピー-はのはなし 乳幼児期の歯磨き	10:30 ~ 11:00	●



親子すこやか宿泊研修

- ▶日時 9/30(土) 14:00 から
10/1(日) 13:00 まで
※現地集合・解散
- ▶場所 水戸市少年自然の家
(水戸市全隈町80-1)
- ▶対象 母子家庭の母と子
(年長～中学2年生)
- ▶料金 1,000円/世帯
- ▶定員 50人
※定員超は抽選



▶申込方法
8/18(金)までに、県母子寡婦福祉連合会
(☎029-221-7505)へ電話で申し込み。

家庭生活支援員養成講習会

一時的にサポートが必要なひとり親家庭に、食事・掃除・子ども等の身の回りの世話を行う「家庭生活支援員」になるための全4回の講習です。

- ▶日時 10/7(土)・21(土)
11/4(土)・25(土)
9:30～16:30
- ▶場所 県母子寡婦福祉連合会(水戸市八幡町11-52)
母子・父子福祉センター 会議室
- ▶対象 ひとり親家庭の父母または寡婦
- ▶料金 無料 ※交通費 一部負担
- ▶定員 20人 ※託児あり

▶申込方法
9/7(木)までに、県母子寡婦福祉連合会
(☎029-221-8497)へ電話で申し込み。

出張ハローワーク ひとり親全カサポート

■問合せ ハローワーク高萩 ☎22-2549

ハローワークの臨時窓口を開設します。
仕事の悩みなど、ぜひご相談ください。

- ▶日時 8/23(水) 10:00～12:00
13:00～15:00
- ▶場所 市役所1階 会議室

子供が喜ぶ三つ星レシピ!

萩っ子Kitchen

クックパッドで
レシピ紹介中!!
詳しくはコチラ▶



コムアンフー(フェ風まぜご飯)

材料(2人分)

- ◆豚肩ロース……………100g
- ◆ごま油……………小さじ1
- ◆きゅうり……………1/2本
- ◆ごはん(炊いた白米)… 適量
- ◆ねぎ油…………… 適量

【A 豚肉の下味】

- ◆レモンジュース……………10g
- ◆赤玉葱……………みじん切り 10g
- ◆にんにく……………小さじ1/2
- ◆ヌクナム……………小さじ1
- ◆シーズニングソース…………… 適量
- ◆黒こしょう…………… 少量
- ◆砂糖…………… 小さじ1/2

【B 薄焼き卵】

- ◆卵……………1個
- ◆塩・砂糖…………… 各ひとつまみ

【C 盛り付け】

- ◆サニーレタス……………千切り 大1枚分
- ◆エビのでんぶ……………4尾分
- ◆香菜(1cm幅)……………5本

作り方

- ①混ぜ合わせたAに、幅1cmに切った豚肉を15～20分漬ける。
- ②ごま油を入れたフライパンを熱し、①を炒める。
- ③Bを混ぜ合わせる。薄焼き卵を作り、千切りにする。
- ④きゅうりの皮・種をとり、幅5mmに切る。
- ⑤器の中央にごはんを盛り、ねぎ油をかける。
- ⑥ごはんの周りに、②③④・大根とにんじんのヌクナム漬け・Cを盛り、ヌクナムを添える。
- ⑦ヌクナムをかけ、全体をよく混ぜる。



大根とにんじんのヌクナム漬け

- ◆大根……………太めの 100g
- ◆にんじん……………みじん切り 50g
- ◆ヌクナム…………… 大さじ4
- ◆塩…………… 小さじ1弱

- ①大根・にんじんに塩をまぶして15分おく。
- ②水洗いしてしっかり絞り、ヌクナムに2～3時間漬ける。

万能つけダレ ヌクナム

- ◆ヌクナム… 大さじ4 ◆にんにく…みじん 1/2個
- ◆水…………… 大さじ4 ◆赤唐辛子…切り 適宜
- ◆レモン汁…大さじ6
- ◆砂糖……………大さじ6

砂糖が溶けるまでよく混ぜる。

ベトナム料理研究家 ますみ 珠美さん(高萩大使)レシピ提供